

ENFERMIDADES da alma NA CULTURA CONTEMPORÂNEA

07 e 08 de Setembro

Mensagem: ANSIEDADE

Texto Bíblico: Mateus 6. 25-34

Pastores: André e Rômulo

RECORDANDO A MENSAGEM

Neste fim de semana iniciamos uma nova série de mensagens, *ENFERMIDADES DA ALMA*, onde teremos uma abordagem pastoral sobre como a palavra de Deus vem ao nosso encontro e nos traz caminho, conforto, consolo e direcionamento diante de situações que assolam as nossas vidas.

Vimos a imagem do ICEBERG, que se encaixa perfeitamente com nossas vidas, pois muitas vezes vemos apenas a pequena parte que está na superfície e não tratamos o íntimo do nosso ser, ou seja, o que está sob as águas. O objetivo desta série é exatamente tratar o que está abaixo da superfície, dentro de nós!

Os pastores trouxeram pra nós alguns dos principais motivos que geram ansiedade em nossos dias: Insegurança financeira, Carreira profissional, Saúde, Expectativas da vida, Relacionamentos e Envelhecimento.

- Qual destes motivos mais gera ansiedade pra você neste momento?

TIPOS DE ANSIEDADE: Existem 3 tipos de ansiedade, a Normal que são sinais de alertas diante de situações corriqueiras do dia a dia, a Patológica que são transtornos clínicos que inibe a qualidade de vida e desenvolvimento de uma pessoa e a que veremos na série, chamada de Ansiedade-Pecado, que são preocupações excessivas devido à falta de confiança na PROVISÃO e FIDELIDADE de Deus.

IMPLICAÇÕES

SOBRE AS PREOCUPAÇÕES DA VIDA

²⁵ "Portanto eu lhes digo: não se preocupem com suas próprias vidas, quanto ao que comer ou beber; nem com seus próprios corpos, quanto ao que vestir. Não é a vida mais importante do que a comida, e o corpo mais importante do que a roupa? ²⁶ **Observem** as aves do céu: não semeiam nem colhem nem armazenam em celeiros; contudo, o Pai celestial as alimenta. Não têm vocês muito mais valor do que elas? ²⁷ Quem de vocês, por mais que se preocupe, pode acrescentar uma hora que seja à sua vida? ²⁸ "Por que vocês se preocupam com roupas? **Vejam** como crescem os lírios do campo. Eles não trabalham nem tecem. ²⁹ Contudo, eu lhes digo que nem Salomão, em todo o seu esplendor, vestiu-se como um deles. ³⁰ Se Deus veste assim a erva do campo, que hoje existe e amanhã é lançada ao fogo, não vestirá muito mais a vocês, homens de pequena fé?

Quando Jesus diz que não devemos nos preocupar com nossas vidas ele traz a ideia de não vivermos como que “estrangulados”, “sufocados” com as preocupações diárias (por exemplo os motivos que foram citados acima), ao invés dos nossos pensamentos estarem nos problemas e preocupações, devemos ter em mente o quão valioso somos para Deus, e que se ele cuida da natureza (aves e lírios), está cuidando muito mais de nós!

- No texto Jesus diz: *Observem, Vejam...* Você consegue parar por alguns segundos e observar alguns cuidados de Deus em sua vida? Compartilhe com o grupo...

GATILHOS DA ANSIEDADE

1º Inversão de Prioridades

“A vida não é mais importante do que a comida, e o corpo mais importante do que a roupa?” Mateus 6.25

2º Tirania do Urgente

“Quem de vocês, por mais que se preocupe, pode acrescentar uma hora que seja à sua vida?” Mateus 6.27

3º Insatisfação Crônica

“Portanto, não se preocupem, dizendo: ‘Que vamos comer?’ ou ‘que vamos beber?’ ou ‘que vamos vestir?’ Pois os pagãos é que correm atrás dessas coisas; mas o Pai celestial sabe que vocês precisam delas” Mateus 6.31-32

Diante destes gatilhos que nos cercam precisamos ter claro em nossas mentes que somos filhos amados por Deus! Como vimos na série anterior somos “poemas” Dele, porém somos criaturas frágeis e não podemos acrescentar um segundo sequer em nossas vidas. Os pagãos é que vivem estrangulados pela ansiedade pois não tem em quem confiar. Nós temos um PAI amoroso e que cuida de nós em todos os momentos.

- Qual destes gatilhos é mais difícil lidar no seu dia a dia?

COMO LIDAR COM A ANSIEDADE?

“Busquem, pois, em primeiro lugar o reino de Deus e a sua justiça, e todas essas coisas serão acrescentadas a vocês.” Mateus 6:33

- Rotina de oração
- Memorizar versículos bíblicos
- Mapear situações que engatilham ansiedade
- Viver um dia de cada vez

(O Pai sabe)

“A fé sussurra uma certeza de que Deus conhece nossas necessidades melhor do que nós mesmos e cuida para que elas sejam satisfeitas.

A dúvida frenética de que Deus pode ter se esquecido de nós, a suspeita apavorada de que Deus pode ter se decidido contra nós, tudo isso é excluído pela fé.

(Eugene Peterson)

- ✓ Qual a sua maior certeza em Deus?
- ✓ Que evidências existem na sua vida de que você busca em primeiro lugar o Reino de Deus?

“Lancem sobre ele toda a sua ansiedade, porque ele tem cuidado de vocês”. 1 Pedro 5:7